

L'àrea de Benestar Social de l'Ajuntament de Súria convida tothom a participar en els actes de la Setmana de la Gent Gran i agraeix el treball de totes les persones que han fet possible aquest programa.

# Setmana de la Gent Gran

Súria, octubre 2022



imatges de portada: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)



AJUNTAMENT DE SÚRIA



Institut Català de la Salut  
Equip d'Atenció Primària  
Súria



Obra Social "la Caixa"

# PROGRAMA D'ACTES

## DILLUNS 17 D'OCTUBRE

- ▶ **Presentació de la nova etapa del Consell Municipal de la Gent Gran.**

*Hora: 18.00 h. Lloc: saló de sessions de la Casa de la Vila.*

## DIJOUS 20 D'OCTUBRE

- ▶ **Xerrada: 'Com puc menjar bé i gastar pocs diners?'**

A càrrec de professionals del CAP Goretti Badia.

*Hora: 9.30 h. Lloc: Pavelló Municipal d'Esports.*

- ▶ **Opció A: Caminada planera i sessió de mindfulness.**

*Hora: 10.30 h. Lloc de sortida: Pavelló Municipal d'Esports.*

- ▶ **Opció B: Sessió del programa d'exercicis per a la gent gran 'Anem a moure'ns'.**

*Hora: 10.30 h. Lloc de sortida: Pavelló Municipal d'Esports.*

- ▶ **Esmorzar saludable de cloenda.**

*Hora: 11.30 h. Lloc de sortida: Pavelló Municipal d'Esports.*

Inscripcions a les activitats del dijous 20 d'octubre: a l'àrea de Benestar Social de l'Ajuntament de Súria (planta baixa de la Casa de la Vila), al CAP Goretti Badia, en horari d'atenció al públic, o al Centre Excursionista (telèfon 615.94.78.37). **Data límit d'inscripcions:** dimecres 19 d'octubre.

## DIVENDRES 21 D'OCTUBRE

- ▶ **Berenar i ball amb Jordi Soler.**

*Hora: 18.00 h. Lloc: L'Esplai (Associació de Gent Gran).*

## DIJOUS 27 D'OCTUBRE

- ▶ **Sortida a Tarragona.**

Activitat gratuïta. Desplaçament en autocar. Places limitades. Visita guiada pel llegat monumental de la Tarragona romana. Dinar no inclòs. Inscripcions prèvies a l'àrea de Benestar Social de l'Ajuntament, a la planta baixa de la Casa de la Vila, en horari d'atenció al públic. **Data límit d'inscripcions:** dimarts 25 d'octubre.

**Hora de sortida des de Súria:** 8.00 h. **Lloc de sortida i arribada a Súria:** Estació d'Autobusos. **Hora de sortida des de Tarragona:** 17.00.



*Imatges d'alguns actes de la darrera Setmana de la Gent Gran (octubre de 2021)*